

TOWEL TOE CURL* UNTUK MENURUNKAN NYERI *FASCIITIS* *PLANTARIS* PADA *SALES PROMOTION GIRLS

Dona Widiyanti, Ari Sapti Mei Leni

Donawidi006@gmail.com

Universitas `Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang: Di zaman sekarang banyak perusahaan yang bergerak di bidang retail yang membutuhkan bantuan Sumber Daya Manusia (SDM) wanita atau *Sales Promotion Girls* (SPG) yang dapat meningkatkan perekonomian. SPG dituntut untuk tampil cantik dan berpenampilan menarik, beberapa diantaranya juga diharuskan memakai sepatu hak tinggi (*high heels*). Pemakaian *high heels* kurang lebih 5 cm membuat kaki terus-menerus jinjit dan berlangsung dalam jangka waktu kurang lebih 6-8 jam perharinya dapat menyebabkan gangguan muskuloskeletal dan peradangan pada daerah *plantar fascia*. Sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan nyeri *fasciitis plantaris* pada spg, maka diperlukan suatu media Komunikasi, Edukasi, dan Informasi (KIE). **Tujuan:** Meningkatkan pengetahuan terutama bagi fisioterapi tentang *towel toecurl exercise* untuk menurunkan nyeri *fasciitis plantaris* pada spg. **Metode:** Media KIE yang dipilih yaitu buku saku. Buku Saku dipilih sebagai media KIE karena memiliki beberapa keunggulan. Buku Saku dibuat dengan memperhatikan pedoman dari Universitas `Aisyiyah Surakarta. Hasil: Media KIE berupa buku saku yang berjudul “Latihan *Towel Toe Curl* Untuk Mengurangi Nyeri *Fasciitis Plantaris* Pada SPG”. **Kesimpulan:** Buku saku yang berjudul “Latihan *Towel Toe Curl* Untuk Mengurangi Nyeri *Fasciitis Plantaris* Pada SPG” dipilih sebagai media promosi kesehatan dengan sasaran praktisi kesehatan terutama fisioterapis.

Kata Kunci : *towel toe curl exercise, sales promotion girl, fasciitis plantaris*